

贫困大学生人际交往障碍浅析

陈 艳

(厦门大学 教育研究院, 福建 厦门 360000)

摘 要: 贫困大学生问题是高校管理中的重要一环, 而贫困大学生的人际交往问题则是其中的主要方面, 本文拟对高校内贫困大学生人际交往障碍的表现及原因进行心理学方向的分析, 并提出几点建议。

关键词: 贫困大学生; 人际交往; 障碍

中图分类号: G444 **文献标识码:** A **文章编号:** 0000-0042[2007]02-0048-03

贫困大学生是高校弱势群体的主要组成部分。所谓高校贫困生, 是指在普通高等学校学生中, 由于家庭经济困难, 就学期间无力支付教育费用, 或支付教育费用困难的学生。(国家教育部:《关于对高等学校生活特别困难的学生进行资助的通知》。(< 93> 51号文件) [1] 他们多来自农村。在实践中, 绝大多数高校主要依据三个因素来认定是否是贫困生: 一是按在校学生学习生活每月消费支出; 二是该生家庭人均年收入; 三是学生交纳学费情况。其中, 学生在校期间吃、穿、用、行等方面的消费支出水平最能反映学生家庭经济状况。

已经有研究表明贫困生的心理健康状况在躯体化、人际关系、敏感、强迫症状、敌对、偏执及精神性六个因素与非贫困生差异显著。贫困生在兴奋性、幻想性上的得分明显偏低, 而紧张性、有恒性得分则偏高, 这些人格特征使他们缺乏正确的人际知觉、社会知觉, 表现为社会交往中的不知所措, 与社会其他成员不能和睦相处。过分的自尊使他们变得自闭, 我行我素。谭铮等(2005)的调查也发现, 高校贫困本科生在人际关系、抑郁、焦虑、敌对性、恐怖、偏执和精神病等方面均明显高于专科生, 人际关系、抑郁和恐怖的年级差异明显, 这表明在贫困大学生中, 人际交往障碍已成为其问题的重要方面。

1 贫困大学生人际交往障碍表现

在当前高校中, 由于社会的急剧转型、社会文化的变迁、环境的迅速变化, 当代贫困大学生承受的压力特别是心理压力也在逐渐增强, 长此以往将不利于大学

生身体健康。在贫困大学生中, 一些本身性格内向的学生在日常交际中不善于沟通, 交际范围狭窄, 时常产生自卑、抑郁、恐惧的不良情绪; 另一些人虽能够和同学正常交往, 但过于注重维护人际关系而敏感多疑, 使人难以接近, 其不良情绪表现为敏感、焦虑。

在人际交往过程中, 由于心理、社会、文化等因素, 有可能产生完全特殊的交往障碍, 贫困大学生人际交往障碍主要表现在以下3个方面:

1.1 自卑导致的交往障碍

这是阻碍贫困大学生正常人际交往的首要心理因素。很多贫困大学生有不平衡心理, 对家庭和社会有所抱怨, 对其他同学有所排斥。他们表面上显得很自强, 甚至很自负, 但事实上内心很自卑、很脆弱。这主要是由于贫困大学生个性心理特征差异, 而导致心理上的不适应造成的自卑心理, 自卑的人会形成一种认为自己能力差, 交往能力不行的消极自我暗示, 从而发生自我认识、自我评价上的偏差, 导致自卑者在交往活动中将自己限制在固有的交往范围内, 不敢结交新朋友。

1.2 社会压力导致的交往障碍

贫困大学生常常比别人有更多的压力, 主要是因为大学这个新环境中, 交往双方(贫困生与非贫困生间)的不同社会背景使他们对交往情境缺乏统一的理解, 从而影响群体成员之间正常的交往。为解决生活困难, 贫困生们常常在课余打工, 而减少同学间的交流。同时, 校园内的贫富差距的凸现、城乡生活方式的不同, 使城乡学生间的隔阂更明显, 在很大程度上阻碍了他们之间的人际互动, 甚至可能导致农村贫困大学

生对城市大学生的嫉妒乃至仇视。同时,来自农村的贫困大学生在当地学校出类拔萃,但到了大学要面临重新定位,其中一些人在学习方法上一时难以适应而导致学习落后,这在很大程度上又加重了贫困大学生的心理压力,更加阻碍了他们的正常的人际交往,甚至会出现严重的心理疾病和越轨行为。

1.3 文化差异导致的交往障碍

贫困大学生多数来自农村,他们来到城市以后首先面临的是适应城市生活的问题,然而城市和农村巨大的文化差异给他们带来了强大的冲击,使他们在人际交往中处于“文化边际人”状态,在人际交往中显得紧张、茫然和失措。所谓“边际人”是在社会文化变迁或地理迁移过程中产生的一种转型人格,它是在新旧文化或本民族文化与他民族文化的碰撞、选择、冲突而导致人格裂变呈多重变化的产物,这种“边际人”状态易引发人格障碍,造成大学生不能或难以正常社会化,减少其参加日常社交活动的时间,甚至会疏远现实的人际交往,从而造成现实生活中的人际交往障碍。

2 贫困大学生人际交往障碍的几点心理分析

2.1 自卑

“自卑是对自己不满、鄙视等否定情绪,是对个体的得失、荣辱过于强烈的一种心理体验。”在人际交往中,主要表现为对自己的能力、品质等自身因素评价过低,心理承受力脆弱,谨小慎微,交往中行为畏缩、瞻前顾后等。贫困大学生来到大学以后,由于经济贫困使其与其他同学在消费行为上有了差距,他们会不自觉地日常活动中避开其它同学。而社会背景等因素使他们的人际交往能力与其他同学也存在着较大差距,使他们产生自卑感。

2.2 自我封闭

指个人将自己与外界隔绝开来,很少或根本没有社交活动。许多贫困生没有能力参加需要花钱的活动,这导致他们交往的范围日趋狭窄,又由于自卑,他们会努力把自己的真实情感和欲望掩盖起来,因此内心常处于封闭状态,不敢大胆地、自然地与人交往,独来独往,形成了不愿合群的性格。在现代社会里,这种性格难以适应人际交往的需要,必将影响贫困生以后的发展。

2.3 妒忌

贫困生由于特殊的家庭经济状况,承受着较大的经济压力,易产生嫉妒心理:一些贫困生认为自己并不

比别人差,仅仅因为家庭的原因才成为贫困生,易因不平衡而妒忌;贫困生由于经济原因而不得不压抑自己正常的物质欲望,也会引发妒忌。在与嫉妒对象交往时,贫困生们会自觉或不自觉地表现出这种情绪,如对妒忌的对象进行挑剔、造谣、诬陷等。在嫉妒心理的支配下,往往不能自然的与人相处,从而给自己造成一个不良的人际关系氛围。

2.4 敏感多疑

这样的人往往先在主观上设定他人对自己不满,然后在生活中寻找证据。贫困生由于其特殊的经济状况,往往不愿提及自己的情况,不愿接受别人的怜悯和同情,出于自我保护的需要,在交往中易对他人的言行敏感、猜疑,甚至把别人的善意曲解为恶意,从而对周围同学产生敌对和防卫心理,不利于人际交往。

2.5 焦虑

大学生由于经济原因而经常处于焦虑状态,学费和生活费、自身学业及对家庭的责任感等都成为他们的焦虑源。由于过分的焦虑和不必要的担心使得他们人前(尤其是陌生人面前)常表现得不自在、易紧张。

2.6 虚荣

一个人的需要应当与自己的现实情况相符合,否则就要通过不适当的手段来获得满足。贫困生由于经济上的不足,使其日常生活和学习所需得不到满足,与其他同学存在着巨大的差距,而在人际交往中,贫困生又试图掩盖这种差距。还有些贫困生在虚荣心的驱使下,不顾现实条件,与人盲目攀比,消费不切实际,向父母要钱甚至向别人借钱,借东边还西边,形成恶性循环,从而影响人际关系。

3 改善贫困大学生人际交往的一些对策

贫困生人际交往心理问题的产生与他们由于错误的自我意识而产生的不良情绪有关。但现实并没有他们想象中的悲观,大部分人在不良情绪出现时能做出相应的调适,保持良好的心态和积极的生活态度,因此贫困大学生可以从以下几方面来获得自我心理支持。

3.1 正确认识自己,接受自己,树立科学积极的人生观,价值观,培养正确的世界观

通过对现实的理性分析,正确看待贫富差距。贫困大学生一方面要正确客观地认识和评价自己,自尊、自强和自立,在社会生活中,要善于发现自己的优点和长处,给自己信心以克服自卑;另一方面,面对全新的大学生活方式,贫困大学生应积极调整自己的心态,在

学校、老师的帮助下主动地融入到新的环境中去,大胆参与社会活动,在交往中有意识地克服自己的不足之处,积极参加社会实践,既可以缓解经济压力、促进个性发展,也能促使其有意识、有目的地修正自己的性格,把自己培养成健康、积极向上的人。

3.2 转移注意力 这是最常用的调适情绪方式,对于令人沮丧的事,总去注意它会限制自己的思维,使自己越发低沉,将注意力转移到其他事物上,反而可以使忧郁排遣出来,贫困大学生要学会把注意力集中到与人相处中的有益方面,积极改善人际关系。

3.3 适当宣泄 好友的理解和支持是重要的精神支持,贫困大学生普遍的倾诉对象是自己过去的朋友,因为成长环境、人生经历相似,这些人更能理解他们的遭遇;或向老师、专家寻求指导;而一般都很少向父母倾诉,因为他们不想给父母增加心理负担。

3.4 自我悦纳 悦纳自我,肯定自己的优势能驱散忧虑和怯懦,但是有时会造成盲目自信,对自己的失败做外归因而整日怨天尤人、抱怨命运不公,从而产生嫉妒的情绪,贫困大学生可以有效地利用积极的自我暗示来摆脱不良情绪的影响,调整心态以更好地处理人际关系问题。

除了贫困大学生自身原因外,造成他们人际交往障碍的还有一些外界因素,如文化环境因素等,因此还可以从以下方面间接缓解贫困大学生的交往障碍问题:

1)学校的支持 首先要加强对贫困生的思想政治教育,引导他们正确看待贫穷。其次,需要辅导员、班主任、班干部甚至周围的同学积极动员他们参加各种形式的人际交往活动,使他们走出自我封闭的小天地,学校还可组织他们参加各种其它活动。第三,学校应多提供勤工助学的机会和各种针对贫困生的奖助学金

等,促使他们积极参与社会实践活动,改善人际关系。

2)心理咨询机构的支持 通过咨询的方式可以疏导不良情绪、缓解心理压力,促使其心理人格向健康的方向发展。他们可以在学校心理咨询教育机构的帮助下,设立贫困生互助团体。由于有“共同的生活环境”、“共同的遭遇”,他们更愿意组合在一起,在相互尊重、真诚接纳的气氛中,自由交谈,彼此分享自己的经验,互相扶持而达到改变思维、尝试新的行为模式的目的。还可以通过开设一些改善人际关系方面的讲座等来帮助贫困大学生。

3)社会其它支持 经济问题使贫困大学生产生许多心理问题的根源,也是其产生人际交往障碍的重要原因。为缓解经济困难,他们可以结合自身专业,在自强自立的基础上去寻求社会的支持。如,福特基金调研发现,提高贫困生的能力是解决其心理问题最好的方式,并于2002年,投入200万美元用于“提高高校贫困生能力”项目。与以往单纯“奖、贷、助、补、免”等直接经济资助手段不同,福特项目通过组织培训、心理咨询、创办社团等方式,使贫困生在个人技能、沟通能力和服务社会的能力方面得以全面提高。

参考文献:

- [1] 李彦敏,乐国林,刘迪菲. 弱势大学生压力与心理支持研究[J]. 理工高教研究, 2005, 10(5).
- [2] 王枚. 贫困大学生的交往心理探析. 理工高教出版社, 2004. 1.
- [3] 鲁可荣. 贫困大学生心理压力和人际交往障碍分析[J]. 心理卫生, 2005, 6(6).
- [4] 李宏翰,赵崇莲. 大学生的人际关系: 基于心理健康的分析[J]. 广西师范大学学报(哲学社会科学版) [J], 2004, 1(1).
- [5] 赵铁牛,刘庆欧,梁执群,刘利芬. 大学生人际关系敏感影响因素通径分析[J]. 中国公共卫生, 2004, 8(8).